

ГБУ ДО «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «РЕСПУБЛИКАНСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ ДЕГИ БАГАЕВА»

АННОТАЦИЯ К РАБОЧИМ ПРОГРАММАМ ПО ВИДУ СПОРТА

«ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА»

Рабочие Программы разработаны на основании федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Тяжелая атлетика», утвержденного приказом Минспорта России от 09.11.2022 г. № 949, и примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Тяжелая атлетика», утвержденной приказом Минспорта России от 14.12.2022 № 1232, а также на основании нормативно-правовых документов, регулирующих деятельность спортивных школ, результатов научных исследований, опыт работы спортивных школ по тяжелой атлетике, правил соревнований по тяжелой атлетике (В соответствии с Федеральным законом от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и настоящими правилами ОСФ в целях развития вида спорта «Тяжелая атлетика» в Российской Федерации проводит спортивные соревнования по виду спорта «Тяжелая атлетика» (в том числе профессиональные спортивные соревнования).

Программы содержат теоретико-методический и практический материал для практических занятий по общей и специальной физической подготовке, технической и тактической, а также психологической подготовке атлетов. Даны примеры упражнений, направленные на развитие как отдельных физических качеств, так и комплекса качеств, а также на обучение техники элементов тяжелой атлетики.

Программы разработаны с учётом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся (в том числе антропометрических и морфофункциональных показателей) при занятиях тяжелой атлетикой, с учётом требований освоения теоретических и практических разделов Программ применительно к каждому этапу реализации Программ (этапу обучения). Программы учитывают особенности подготовки обучающихся по тяжелой атлетике, в том числе:

- построение процесса подготовки в строгом соответствии со спецификой соревновательной деятельности в виде спорта «Тяжелая атлетика»;
- преемственность технической, тактической, физической, психологической подготовки в виде спорта тяжелой атлетикой;
- повышение уровня специальных скоростно-силовых качеств и совершенствование специальной выносливости;
- использование оптимальных объёмов специальной подготовки, моделирующей соревновательную деятельность.

Основными задачами реализации Программ являются:

- формирование и развитие творческих и спортивных способностей обучающихся, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
- формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
- выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Основная функция Программ: физическое воспитание. Вспомогательные функции: спортивная подготовка и физическое образование.

Результат реализации Программ: всестороннее развитие личности, выявление спортивно одарённых детей, профессиональная ориентация для сферы физической культуры и спорта.

Программы направлены на:

- отбор одарённых детей;
- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в виде спорта «Тяжелая атлетика»;
- подготовку к освоению этапов спортивной подготовки, в том числе в дальнейшем по программам спортивной подготовки;
- подготовку одарённых детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

Этапы реализации Программ. Обучение на следующих этапах подготовки:

- начальной подготовки; периоды: до одного года, свыше одного года (основная деятельность);
- учебно-тренировочном (этап спортивной специализации); периоды: начальной специализации и углубленной специализации (основная деятельность);
- совершенствования спортивного мастерства (весь период); приём проводится, заканчивают обучение спортсмены, переведённые с учебно-тренировочного этапа (этап ССМ допускается для завершения образовательного процесса).